



사학연금이 만드는 매거진

사학연금



표지이야기

11월 22일 한국의 대표음식인 김치의 날입니다. 현재 우리가 김치를 먹을 수 있게 된 데에는 배추를 육종한 우장춘 박사의 노고가 있었던 덕분입니다. 당시 식량난 해결을 위해 힘썼던 우장춘 박사를 생각하며 너무도 풍족해서 오히려 문제가 되고 있는 현재의 식량문제를 고민해 보는 시간이 되길 바랍니다.

CONTENTS



정정안내

2023년 10월호에 소개되었던 짓다 코너에서 시 '붉은 노을'은 송영문 님, 시 '월정사'는 변홍섭 님의 작품이었습니다. 작가의 이름을 정정합니다.

발행인	송하중
발행일	2023년 11월 1일(비매품)
발행처	사립학교교직원연금공단
문의	061)338-0364
주소	(58326) 전남 나주시 문화로 245(빛가람동)
대표전화	061)338-0000
등록번호	나주 라 00010
등록일자	2006년 1월 12일
기획·디자인	디자인 크레파스
연금업무 상담	1588-4110(유료)

공감

- 04 **명언**
아무리 짓밟혀도 꽃을 피우는 민들레처럼
우장춘 박사
- 06 **여행**
부산, 어디까지 가봤니?
우장춘 기념관과 동래읍성 그리고 금강공원
- 10 **만남**
연금생활자와 사립학교 직원의
절세에 관하여
미래에셋투자자와연금센터 김동엽 상무
- 14 **짓다**
- 초파리도 못 이기면서
- 오므라이스의 추억
- 어느 날 문득
- 가슴 터져도 좋으니

소통

- 20 **건강 식**
입 안 가득 퍼지는 고소함!
밤라떼
- 22 **인생 책**
하나의 작품 같은 건축물,
그 안에 숨겨진 이야기
- 24 **지구 인**
지구를 생각하는 운전자라면
'에코 드라이브'는 필수!
- 28 **경제 톨**
싼 거? NO! 필요한 거? YES!
코앞의 최적가를 놓치면 시간 손해
- 30 **요즘 말**
사학연금 '폼 미쳤다!'

알림

- 32 **공단 소식**
- 2023년 연금소득 연말정산 안내
- 2023년 사학연금과 중·소상공인
동반성장을 위한 지역사회기업 소개
- 34 **독자 마당**
- 35 **제휴 복지**

아무리 짓밟혀도 꽃을 피우는 민들레처럼 우장춘 박사



김장하는 엄마의 옆에 앉아 갓 담근 김치를 한 입 맛보기 시작하면 끝도 없이 먹게 된다. 또 폭 삶은 수육과 함께 먹으면 얼마나 맛난지 겉절이를 많이 먹으면 속이 아리다는 것을 알면서도 멈출 수 없다. 오늘 날 우리가 속이 팍 차서 더욱 맛있는 김치를 먹을 수 있었던 건 우장춘 박사의 배추 종자 개발 덕분이다. 하지만 그에게는 듣는 사람의 한 쪽 가슴이 아려오는 과거가 있었다.

글 김지희

우장춘 박사는 일본 도쿄에서 태어났다. 그의 아버지 우범선은 조선군 훈련대 제2대 대장으로, 1895년 일본인의 명성황후 시해에 가담한 후 일본으로 도망쳤다. 우범선은 일본인 여성 사카이 나카와 결혼해 2남 4녀를 낳았는데, 첫째 아들이 우장춘 박사이다. 우범선은 국적으로 낙인찍혀 1903년 히로시마 구레에서 고영근 등에게 살해당했다.

그렇게 여섯 살에 아버지를 잃은 우장춘 박사. 그리고 그는 학교에서 '조센징'이라며 왕따를 당해 우는 일이 빈번했다. '스에나가 나가하루'라는 일본 이름이 있었지만 조선인 성인 '우'를 사용했기 때문이다. 이러한 어려움 속에서 어머니의 '민들레 가르침'을 가슴에 새기며 역경을 이겨냈다.

“민들레는 아무리 짓밟혀도 틀림없이 꽃을 피운다. 너도 괴로운 일이 많겠지만 지지 말고 훌륭한 사람이 돼야 한다.”

어머니의 가르침과 지지로 성장한 우장춘 박사는 도쿄제국대학 농학부를 졸업한 후 농림성 농사시험장에 들어가 세계적인 육종학자로 성장할 수 있었다. 그는 '종의 합성'이라는 논문으로 도쿄제국대학에서 농학박사 학위를 받았다. 생명공학의 계통 분석을 응용한 그의 이론은 피튜니아, 유채, 무, 배추, 양배추 등에 적용되어 우량 품종을 대량 생산하는 데 큰 역할을 했





다. 이때에도 우장춘 박사의 민족의식을 엿볼 수 있다. 국제학회 논문에 일본 이름인 '스에나가 나가하루' 대신 'NAGAHARU U(長春 禹)'라고 제출한 것.

우장춘 박사가 육종학자로 승승장구할 무렵, 한국은 일본으로부터 해방되었지만 식량난에 빠져있었다. 이에 한국은 우장춘 박사의 귀국을 요청했고, 우장춘 박사는 조국의 열망에 부응하기 위해 한국으로 오게 되었다.

귀국 당시 우장춘 박사는 *“나는 지금까지 어머니의 나라 일본을 위해 노력해왔습니다. 그러나 이제부터는 아버지의 나라 한국을 위해 일할 각오입니다. 나는 이 나라를 위해 뼈를 묻을 것을 여러분께 약속합니다”*라고 전했다.

그렇게 그는 한국농업과학연구소장과 중앙원예기술원장 등을 맡으며 양질의 무, 배추, 양파, 밀감 등의 신품종을 개발했다. 그리고 임종 직전 병상에서 수여받은 대한민국문화포상 메달을 안고 “고맙습니다. 조국은 마침내 알아주었다”며 눈물을 흘렸다.

62세의 나이로 별세한 우장춘 박사. 그의 묘는 경기도 수원시 농촌진흥청 내 '여기산'에 안장되었다. 묘에는 우장춘 박사의 노고에 감사하다는 문구가 남아있다.

불우와 고난 속에 진리를 토파 내어

종자합성 새 학설을 세계에 외칠 적에 잠잠된 학문의 바다 물결 한 번 치니라

온갖 채소 종자 우리 힘으로 길러내어 겨레를 위하시니

그 공로 얼마던고 빛나는 문화훈장을 웃고 받고 가니라

흙에서 살던 일생 흙으로 돌아가매

그 정신 부리 되어 싹 트고 가지 뻗어 이 나라 과학의 동산에 백화 만발하리다



오늘날 우리가 속이 짝 찬 배추로 담근 김치를 먹을 수 있었던 것도, 따뜻한 바다에 앉아 없이 굴을 까먹을 수 있었던 것도 모두 우장춘 박사 덕분이다. 우장춘 박사는 어머니가 이야기했던 민들레처럼 아무리 짓밟혀도 다시 일어나 꽃을 피워냈다. 그리고 식량난 해결을 주도하며 한국을 다시금 일으켜 세운 위인으로 거듭났다. [▶▶](#)



부산, 어디까지 가봤니?

우장춘 기념관과 동래읍성 그리고 금강공원

우장춘 박사의 일대기와 유품을 만날 수 있는 곳이 있다. 바로 '우장춘 기념관'이다. 그리고 그 인근에는 부산의 역사와 문화재를 가득 품고 있는 동래읍성과 금강공원까지 위치하고 있다. 그동안은 몰랐던 부산의 모습을 마주하러 떠나보자.

글 김지희





우장춘 기념관

주소: 부산 동래구 우장춘로62번길 7

운영시간: 화~일 09:00~18:00
(매주 월요일 정기 휴무)

입장료: 무료

문의: 051-550-6633



출처: 한국관광공사

우장춘 박사와 한 발 더 가까워지는 '우장춘 기념관'

우장춘 박사는 우리나라의 원예 발전에 크게 공헌했다. 6.25전쟁 이후 많은 이들의 식량난을 해결하는 데 큰 도움이 될 정도로 말이다. 우장춘 박사가 한국에 입국했을 당시 부산에서 연구를 진행했다고 한다. 이에 부산에는 우장춘 박사를 기념하는 '우장춘 기념관'이 자리 잡고 있다. 우장춘 기념관 입구 비석에는 '기념관을 통하여 우장춘 박사의 끊임없는 연구정신과 육종학에 대한 세계적인 업적을 영원히 기리고자 한다'라고 새겨져있다. 외부에는 비석뿐만 아니라 '자유천'도 만나볼 수 있다. '자유천'은 우장춘 박사의 가슴 아픈 과거를 담고 있다. 1953년 돌아가신 어머니의 임종을 지키지 못한 우장춘 박사는 원예시험장 강당에서 위령제를 지내게 된다. 이때 모인 조의금으로 '자애로운 어머니의 젖과 같은 샘'이라는 뜻을 가진 '자유천'을 만들었다. 아쉽게도 지금은 우물의 물이 말라 사용하진 못하지만, 옆에 음수대가 있어 누구든 물을 마시고 떠갈 수 있도록 만들어 두었다.

우장춘 기념관의 내부는 1층과 2층으로 나뉘어져 있다. 1층은 우장춘 박사 연대기와 유품이, 2층에는 우장춘 박사의 업적에 대한 전시가 마련되어 있다. 1층에서 가장 눈에 띄는 것은 우장춘 박사가 실제 연구에 사용했던 현미경과 논문집 등이다. 실제 그의 손길이 닿았던 유품들을 확인하니 우장춘 박사와 한 발 더 가까워지는 기분이다. 2층으로 올라가면 그동안 우장춘 박사가 연구한 채소들과 종자에 대한 설명들이 전시되어 있다. 특히 우장춘 박사가 논문으로 작성한 '종의 합성'은 레오나르도 다빈치의 '종의 기원' 내용이 수정될 만큼 세계적으로 유명하다는 것이 피부로 느껴진다. 우장춘 기념관에서 제공하는 해설도 들으며, 그의 업적에 대해 더욱 자세히 알아보자.



출처: 한국관광공사

역사는 물론 아름다운 야경을 품은 '동래읍성'

부산에는 특히 아름다운 곳이 많다. 그중에서도 '동래읍성'은 잘 알려지지 않은 곳이지만 한국의 고즈넉함과 읍성의 웅장함, 역사까지 지니고 있는 곳이다. 우장춘 기념관 인근에 위치한 동래읍성은 산성과 평지성의 장점을 두루 갖춘 대표적인 읍성이다. 동래읍성은 고려 말~조선 초기에 쌓은 것으로 추정되는데, 1592년 임진왜란 당시 민·관·군이 혼연일체가 되어 왜군에 맞서 장렬한 전투가 벌어졌던 최대 격전지이다. 임진왜란 이후 방치되어 있던 동래읍성을 1731년(영조 7) 동래부사 정언섭이 나라의 관문인 동래의 중요성을 감안하여 임진왜란 당시보다 훨씬 큰 성을 쌓았다. 이때 쌓은 성이 지금의 동래읍성이다.

동래읍성에는 동문, 서문, 남문, 북문, 인생문과 암문이 있다. 특히 서문과 북문, 암문에는 성문의 보호를 위해 옹성을 부설하였다. 또 성 안에서 성 밖의 적을 살피거나 전투를 지휘하기 위한 곳인 장대도 갖추고 있다. 이를 통해 전쟁 시 동래읍성의 역할이 중요했다는 사실을 알 수 있다. 안타깝게도 일제강점기 당시 시가지계획이라는 명목으로 서문에서 남문에 이르는 평지의 성벽은 철거되었으며, 남문에서 동문에 이르는 성벽도 민가가 점유하여 마안산을 중심으로 한 산지에만 성곽의 모습이 겨우 남아 있다.

그리고 오늘날 동래읍성은 부산 주민들의 산책코스가 되었다. 또 밤이면 읍성과 성곽에 조명이 비춰져 그 모습이 굉장히 아름답다. 가을마다 동래읍성 역사축제도 개최되고 있으니, 동래읍성을 둘러보고 축제도 관람해보는 것을 추천한다. 그동안 느끼지 못했던 부산의 아름다움을 한 층 더 고조시켜 주는 곳이다.



동래읍성

주소: 부산 동래구 명륜동 산48-2

운영시간: 화~일 09:00~18:00
(매주 월요일 정기 휴무)

관람료: 무료

문의: 051-550-6634





출처: 한국관광공사

부산의 푸르름을 느낄 수 있는 곳, '금강공원'

많은 사람들은 '부산' 하면 '바다'를 떠올린다. 부산의 바다가 아름다운 것은 맞지만 이에 못지않게 아름다운 산도 있다. 산의 푸르름을 온전히 느낄 수 있는 곳을 찾는다면 '금강공원'을 추천한다. 금강공원은 부산의 명산인 '금정산'을 끼고 있는 공원으로, 우거진 백년노송과 기암괴석, 깎아 세운 듯한 자연경관을 자랑한다. 금강공원의 아름다움을 계속해서 유지해 나가고자 부산시는 부산기념물 제26호로 지정하여 보호·관리 중이다.

공원 안에는 부산민속예술관, 세계해양생물전시관, 식물원, 각종 놀이 시설, 체육공원 등이 자리 잡고 있다. 특히 부산민속예술관은 동래지역이 가진 전통민속예술의 발굴과 계승, 보급을 위해 개관하였다. 이곳에서는 동래야류(중요무형문화재 18), 동래지신밧기(부산무형문화재 4), 동래학춤(부산무형문화재 3) 등의 민속놀이를 가르치며 전통을 이어가고 있다. 또한 매년 1회씩 기예능 보유자들의 평가경연대회가 열리며, 학생들의 방학기간 동안에는 전통민속학교를 개최하고 있다.

금강공원

주소: 부산 동래구 우장춘로 175-146
칠성암
문의: 051-860-7880

〈금강공원 케이블카〉

소요시간: 6분

운영시간: 09:30~17:30(11월),
09:30~17:00(12~2월)

대인, 청소년	왕복: 11,000원, 편도: 7,000원
소인(만 4세 이상~ 초등학생)	왕복: 8,000원, 편도: 5,000원
경로우대, 장애인(1~3급)	왕복: 9,000원, 편도: 6,000원

금강공원에서 가장 인기 있는 장소를 꼽으라면 단연 '케이블카'이다. 금강공원 내 위치한 케이블카는 1966년에 개통되어 지금까지 50년이 넘는 시간동안 한 자리를 지켜왔다. 금강공원에서 케이블카를 탑승하면 해발 540m의 금정산 산자락에 도착하게 된다. 케이블카에서 내리면 탁 트인 전경을 마주하게 되는데, 이는 지금까지 봐왔던 부산의 전경과는 완전히 다르다. 바다는 보이지 않고 저 멀리 있는 산자락까지 한 눈에 보이기 때문. 바다와는 또 다른 느낌으로 가슴이 뻥 뚫리는 기분을 느낄 수 있다.

이외에도 부산유명문화재로 지정된 망미루와 독진대 아문, 부산기념물인 임진동래의총, 내주축성비, 이섭교비 등 다양한 문화재가 자리 잡고 있다. 그야말로 볼거리, 즐길거리가 가득한 금강공원이다. 때문에 부산 시민들의 가족 나들이 명소로 꼽힌다. 올 가을, 우리가 몰랐던 부산의 명소를 찾아가보는 건 어떨까. [▶▶](#)

연금생활자와 사립학교 직원의 절세에 관하여

미래에셋투자자와연금센터 김동엽 상무

많은 사람들이 연금에는 관심이 많지만 연금에 따라 붙는 세금의 절세 방법은 잘 알지 못한다.
연금생활자와 사립학교 직원 모두가 알아두면 좋을 만한 절세에 대하여
미래에셋투자자와연금센터 김동엽 상무와 이야기를 나눴다.

글 김지희



김동엽 상무와의 만남 인터뷰 영상은 우측
QR코드에서 확인하세요.





김동엽 상무
미래에셋투자외연금센터

본인 소개 부탁드립니다.

현재 미래에셋투자외연금센터에서 연금, 투자, 노후준비와 관련한 콘텐츠 제작을 담당하고 있는 김동엽입니다. 유튜브 <미래에셋 투자외연금TV>와 <투자외연금> 잡지를 제작하고 있으며, 연구소에서 발간하는 각종 책자를 편찬하는 일도 맡고 있습니다. 아울러 직장인과 은퇴자를 대상으로 한 연금과 자산관리 교육도 진행합니다.

연금소득이란 무엇인지 먼저 설명 부탁드립니다.

소득세법에서 말하는 연금소득은 공적연금소득과 사적연금소득으로 나뉩니다. 공적연금소득으로 국민연금, 공무원연금, 사학연금, 군인연금, 별정우체국연금이 있습니다. 사립학교 교직원분들이 퇴직하고 노후에 매달 수령하는 퇴직연금이 공적연금에 해당합니다.

이번에는 사적연금소득을 살펴보겠습니다. 연금 상품 중에는 연말정산 때 저축금액을 세액공제해 주는 것으로 연금저축과 IRP가 있습니다. 연금저축과 IRP를 통틀어 연금계좌라 합니다. 세액공제 받고 저축한 금액과 연금계좌 적립금을 투자해서 얻은 수익을 55세 이후에 연금으로 수령할 수 있는데, 이를 사적연금소득이라 합니다.

올해 7월, 정부는 내년부터 연금소득에 대한 분리과세 기준 금액을 1,200만 원에서 1,500만 원으로 상향한다고 밝혔습니다. 분리과세 기준금액을 올리면 연금생활자에게는 어떤 변화가 생기게 되나요?

올해 정부가 발표한 세법개정안에서 연금소득에 대한 분리과세 기준금액이 1,200만 원에서 1,500만 원으로 상향한다고 했는데, 이때 연금소득은 사적연금소득을 말합니다. 다시 말해 연금계좌에서 세액공제를 받고 저축한 금액과 운용수익을 재원으로 해서 수령한 연금을 말합니다. 사학연금 가입자가 노후에 수령하는 연금소득은 여기에 합산되지 않습니다.

현재는 사적연금소득이 연간 1,200만 원을 넘지 않는 경우 3.3~5.5%의 낮은 세율로 과세를 종결할 수 있습니다. 하지만 1,200만 원을 초과하는 경우 그해 연금소득을 전부 다른 소득과 합산해 종합과세 하게 됩니다. 분리과세 기준금액이 1,200만 원에서 1,500만 원으로 상향되면 그만큼 종합과세에 해당되는 사람이 줄어들 겁니다. 다만 사적연금소득이 분리과세 기준금액을 넘겼다고 하더라도, 가입자가 희망하면 16.5%의 단일세율로 과세를 종결할 수 있습니다. 세 부담이 일정 수준 이하로 제한할 수 있다는 뜻입니다.

연금생활자 중에는 소득신고를 해야 한다는 사실을 몰라 절세방법을 잘 모르는데요. 연금 소득만 있는 경우와 연금 외 소득이 있는 경우를 나누어서 어떻게 과세가 이루어지는지 궁금합니다.

사립학교 교직원인 10년 이상 재직하고 퇴직하면 다음 연금수급 개시 연령에 도달했을 때 퇴직연금을 수령할 수 있습니다. 퇴직연금을 개시 신청을 할 때 퇴직연금지급청구와 연금소득자 소득세액공제 신고서를 사학연금공단에 함께 제출해야 합니다. 여기에는 공제대상 가족 현황(70세 이상 자)이 포함되어 있습니다. 공단에서는 간이세액표를 기초로 소득세를 계산하고, 연금을 지급할 때 원천징수합니다.

연금소득에 대한 소득공제 신청서를 제출하지 않았거나, 신고사항에 변경이 있는 경우에는 12월말까지 변경 내용을 공단에 알려야 합니다. 재직 중에 연말정산하는 것과 같은 절차를 거친다고 보면 됩니다. 정산 결과 돌려받을 세금이 있으면 이듬해 1월 연금에 더해 주고, 추가로 납부해야 할 세금이 있으면 빼서 지급합니다.

연금소득이 이외에 다른 소득이 없는 경우에는 이것으로 과세가 종결됩니다. 하지만 연금소득 이외에 근로소득이나 사업소득 등 종합과세 대상 소득이 있는 경우에는 5월에 종합과세 신고를 해야 합니다.

연말정산 시 세제혜택을 받고 노후자금을 확보하기 위해 IRP에 가입하는 경우가 많습니다. 사학연금 가입자들이 IRP에 가입했을 때 절세효과에 대한 설명 부탁드립니다.

2016년 연금개혁이 되면서 1996년 임용자의 퇴직연금 개시 시기가 늦춰지고, 연금액도 줄어들었습니다. 그래서 개인적으로 연금을 추가로 적립하려는 분들이 있는데, 이때 연금저축과 IRP와 같은 연금계좌를 이용하는 것이 좋은 방법입니다. 연금저축 가입자는 한 해 최대 600만 원, IRP까지 활용하면 한 해 최대 900만 원까지 세액공제를 받으며 저축할 수 있습니다.

총 급여액 (종합소득금액)	세액공제대상납입한도 (연금저축납입한도)	세액 공제율	최대 환급세액
5,500만 원 이하 (4,500만 원 이하)	900만 원 (600만 원)	16.5%	148만 5천 원 (99만 원)
5,500만 원 초과 (4,500만 원 초과)		13.2%	118만 8천 원 (79만 2천 원)


* 세액공제율: 지방소득세 포함

IRP 이외에도 절세에 도움이 되는 금융상품이 있다면 소개해 주세요.

비과세와 분리과세 혜택이 있는 금융상품으로 ISA가 있습니다.

구분	ISA 주요 내용
가입자격	19세 이상(근로소득자는 15세 이상)의 거주자(1인 1계좌) 단, 직전 3개년 금융소득종합과세 대상자 제외
납입한도	연 2,000만 원씩 5년간, 최대 1억 원(납입한도 이월 가능) 단, 기존 소득공제 장기펀드, 재형저축의 계약금액 차감 후 가입 가능
투자상품	국내 상장 주식, 펀드(국내 상장 ETF, 리츠), 파생결합증권(ELS 등), 예·적금
의무가입기간	3년
세제혜택	계좌 내 상품 간 손익 통산 후 순 소득에 대해 200만 원(서민형 400만 원)까지 비과세, 200만 원 초과 금액 분리과세(9.9%)
만기자금 연금계좌이체	이체 금액 중 10% 세액공제(300만 원 한도)

**마지막으로 현재 연금생활자와 미래 연금생활자가 될 <사학연금> 독자들께 당부하고 싶은
신 게 있으시면 말씀해 주세요.**

사람들은 어제 하지 않은 일을 후회하고, 내일 할 일을 걱정하면서도, 오늘은 아무 일도 하지 않으려고 합니다. 내일을 바꾸려면 오늘 행동해야 합니다. 망설이지 말고 일단 시작하는 것이 중요합니다. 



초파리도 못 이기면서

글 송태규 (원광중학교 퇴임)

처서가 지났다. 가을을 맞이하는 새벽은 하늘과 산봉우리의 경계가 어렴풋하다. 자전거를 몰고 산으로 난 길로 방향을 잡았다. 숲으로 흘러 들어가니 온갖 풀벌레들이 존재를 위로 받으려는 듯 제 이름을 부르며 목을 놓는다. 오늘도 늘 그 자리에서 너른 품으로 못 생명을 품어주고 나를 맞이해주는 앞산. 지친 몸을 이끌고 들어갈 때마다 찾아와 안부를 묻는 텃새와 들꽃을 보며 나아갈 길을 찾아 힘주어 페달을 구른다.

요즘 탄력 잃은 허벅지에 산 정상을 넘어가는 회초리를 들었다. 게으름 부린 만큼 시간이 갈수록 길은 바퀴를 십사리 놓아 주지 않는다. 속도를 줄이지 말자고 용쓰면 바닥의 길이 내 몸 안으로 빨려 들어오지만 겨우 평지의 걸음 속도를 벗어나지 못한다. 온몸이 땀으로 범벅이 된다. 연료를 태우고 난 진한 땀 냄새를 놓치지 않고 초파리 떼가 극성이다.


애들은 나를 자기들 영역에 들어오는 침입자쯤으로 여기는 모양이다. 네뿔 마리가 눈앞에서 초계비행을 하며 나를 위협한다. 겁 없이 볼때기에 달라붙는 녀석이 있는가 하면 제 몸을 고글에 부딪치기도 한다. 태평양 전쟁을 일으키고 무모한 육탄공격으로 전세를 만회하려던 일제 가미카제 정도이거나 내가 호랑이보다 센지 간을 보는 작업이다. 아랫입술을 위로 뽑아 입바람으로 쫓아보지만 별 무소독이다.

급경사를 오를 때는 핸들을 잡은 양손에도 힘이 잔뜩 들어간다. 한 손을 풀어 초파리를 잡아채 보지만 불안한 자세에서는 어림없다며 나를 비웃듯 잠시 사정거리에서 떨어진다. 어느 순간 약이라도 올리듯 다시 나타나 온몸으로 오두방정을 뒀다. 낚아채려다가 균형이라도 잃으면 넘어져서 크게 다칠 수 있으니 손을 휘저어 상대하지 않는 게 그나마 최선이다. 초파리는 생과사의 경계에서, 나는 상처를 입을 경계에서 아슬아슬한 줄타기를 하는 셈이다.

내가 과 대표를 맡았던 대학교 때였으니 어느덧 달걀 한 판이 되었다. 소풍날 새벽에 실비가 내리더니 출발할 즈음 삼대같이 굵어졌다. 한참을 기다리다 결국 수완 좋은 친구가 단골 식당에 전화해서 문을 일찍 열게 했다. 장대비 속에 도망갈 곳도, 딱히 할 일도 없는 청춘들 술마시기 좋으라고 내리는 빗소리가 권주가로 들렸다. 하루 내내 파리만 날리던 때를 생각했는지 막걸리 주전자 천장으로 엉덩이를 쳐들 때마다 식당 아주머니는 얼굴이 활짝 피었고 오전부터 분위기가 거나했다.

식당 한 채를 전세 냈으니 눈치 볼 사람도 없고 우리 세상이었다. 테이블마다 웃음소리가 높은음자리 도까지 올라가고 목소리도 덩달아 커졌다. 그대로 좋았는가 싶더니 한쪽에서 언성이 높아지고 분위기가 뻘뻘하게 솟았다. 갑자기 냄비가 날아가고 탁자 뒤집히는 소리에 모두 혼비백산했다. 웅성웅성하는 사이에 경찰이 들이닥치고 잔뜩 절은 친구와 일행이 비틀거리며 경찰차에 탔다. 나는 과 대표라는 책임을 지고 파출소에 동행했다.

커다란 불상사는 없었으나 잔뜩 훈계를 듣고 부서진 식당 기물을 변상하는 조건으로 무사히 풀려났다. 식당 아주머니는 얼굴이 붉으락푸르락해서 다시는 우리를 받지 않겠다고 엄포를 놓았다. 낯술에 취하면 조상도 몰라본다고 했던가. 냄비를 던지고 테이블을 엮었던 친구는 인사불성이 되어 아무런 기억이 없다고 했으니 변상액은 십시일반으로 겨우 마련했다. 그날 소풍 같이 않은 소풍 이후로 우리는 쫓겨나는 초파리 신세가 되어 그 식당 앞을 얼씬거리지도 못했다.

맹수의 제왕이라는 호랑이도 눈앞에서 출랑대는 이 녀석을 잡으려다 제 눈깔을 뽑았다는 초파리다. 어설피 상대했다간 잡기는커녕 몸도 상하고 자전거도 부서지는 수가 있다. 그저 상대하지 말자고 내 마음을 가라앉히며 페달을 밟는다. 정상 부근까지 따라온 녀석들도 지치긴 했나 보다. 아니면 자기들 영역에서 침입자를 쫓아냈다는 승리감일까. 점점 빨라지는 자전거 속도를 따라오지 못하고 자취를 감췄다. 귀찮은 녀석들을 이겨냈다는 마음으로 무사히 쫓겨난 나를 위로하며 하루를 시작한다. 



오므라이스의 추억

글 최동순 (전주비전대학교 퇴임)

오늘도 점심메뉴로 오므라이스를 택했다. 퇴직하고 소일거리로 드나드는 도서관 인근에는 김밥전문점이 있어 자주 이용한다. 말이 김밥전문점이지 엄청나게 많은 메뉴가 있어 선택지가 많다. 나는 그 중에서 오므라이스를 가장 선호하는 편이다. 제대로 된 오므라이스는 아니지만 간단하게 요기도 할 겸 추억을 먹으며 옛날을 회상하는 기쁨을 누린다.

내가 오므라이스를 즐겨먹는 데는 사연이 있다. 대학원 시절에 사돈처녀, 그러니까 형님의 처제를 통해 소위 소개팅이 들어왔다. 교회에서 교사와 성가대를 같이 하는 언니인데 초등학교 교사로서 음악에 남다른 재주가 있고 착하단다. 나와 잘 어울릴 것 같다며 다리를 놓았다.

그 당시 나는 곧 닥쳐올 심사에 대비해 석사학위 논문에 박차를 가하고 있었을 뿐더러 입주가정교사로 중·고등학생 두 명의 공부를 도와주고 있던 때라 아주 바쁘게 지내고 있었다. 사돈 처녀의 소개인지라 조심스럽기도 하거니와 서른을 앞두고 있어 그 당시로서는 적지 않은 나이 이기에 만남이 신중할 수밖에 없었다.

첫 만남은 다방이었던 걸로 기억된다. 요즘처럼 시설 좋은 카페가 있던 때도 아니고 그렇다고 호텔 커피숍에 가는 것은 왠지 부담스러운 면이 있어 사는 곳에서 가까운 파출소 앞 다방에서 만나기로 했다.

다행히 그녀도 가까운 곳에 살고 있어서 어렵지 않게 약속장소를 정할 수 있었다. 그녀는 듣던 대로 자그마한 키에 암전해 보이는 숙녀였다. 가볍게 자기소개를 하고 이런저런 얘기를 나눠 보니 귀여운 데다 남다른 면모가 엿보였다. 아주 가난한 집안의 장녀지만 착한 심성과 내가 선호하는 교사라는 직업 등도 마음을 사로잡았다. 게다가 단 한 번의 만남으로는 발견하지 못한

숨겨진 매력적인 요소를 놓칠까 하는 일말의 미련도 있었고 사돈처녀가 심사숙고해서 소개시켜 준 터라 알 수 없는 믿음이 있었다.


그 후로 우리는 분주한 일상 가운데 짬을 내어 만남을 이어가고 있었다. 처음 만났던 그 다방을 나올 때 얼핏 눈에 들어온 레스토랑이 있었다. 몽마르트, 수없이 들어왔던 그 낭만의 지명을 간판으로 내걸고 있는 레스토랑이 촌놈의 마음을 끌었다.

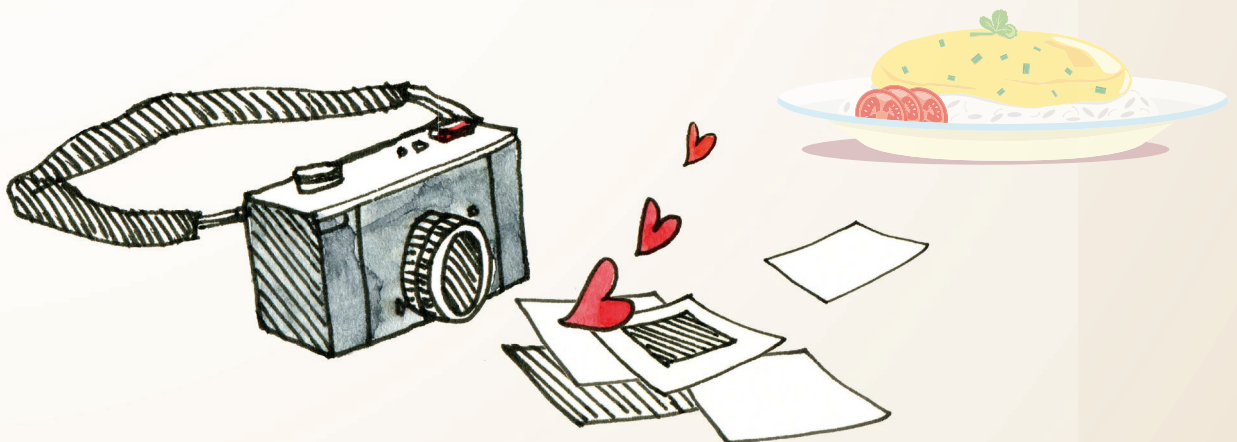
몽마르트는 프랑스 파리에 있는 야트막한 언덕이지만 특유의 전원적인 배경 때문에 자유분방함을 즐기는 예술가들의 아지트로 유명하다. 자연스레 그곳은 우리의 만남을 이어가는 장소가 되었고, 나는 여지없이 오프라이스를 시켜먹었다.

사실 오프라이스에 대한 사전 지식이나 경험도 없었지만 고기가 들어간 양식을 특별히 선호하지도 않을 뿐더러 가격마저 레스토랑에서는 가장 저렴했으니 가난한 유학생 신분인 나에게서는 손쉬운 선택이었다. 그런데 계란과 햄, 야채가 골고루 섞여 빛어내는 식감과 케첩의 새콤한 맛이 어우러져 달콤한 기억을 남겨주었다. 그 뒤로 거기만 가면 오프라이스를 시켜먹으며 추억을 쌓아나갔다.

몽마르트의 오프라이스가 익숙해지고 우리의 만남도 자연스러워지자 해운대와 서면을 오가며 칼국수를 즐겼다. 그 당시 젊은이들이 선호하는 부산의 핫 플레이스는 남포동과 서면이다. 가끔은 남포동까지 진출하기도 했지만 우린 주로 해운대와 서면을 거닐며 데이트를 했다. 그러면서 차츰 상대의 진면목을 발견하게 되고 나는 그녀를 평생의 반려자로 결심하게 되었다.

언젠가 추억이 깃든 몽마르트를 찾아갔더니 레스토랑은 없어지고 흔적조차 찾을 길이 없어 서운했다. 지금은 부산에 내려가면 하는 수없이 해운대와 서면으로 칼국수를 먹으러 간다. 그마저 해운대의 칼국수 집들은 자취를 감추기 직전이지만 서면은 그나마 명맥을 유지하고 있어 적잖이 위로가 된다. 하지만 뭐니 뭐니 해도 우리가 처음 자주 만나던 몽마르트의 오프라이스 맛을 잊을 수 없다. 그 추억의 인연으로 지금의 아내와 잘 살고 있다.

도서관에 갈 때면 오프라이스를 먹으며 추억을 회상한다. 오늘도 추억을 먹고 하루를 살았다. 



어느 날 문득

글 이경수 (양곡고등학교 퇴임)

당신 집 앞을 지나입니다

.....

당신 집 앞을 지났습니다

공연히 뒤돌아봅니다

두 번인가

아니, 세 번일까

몰라

강산이 변했습니다만

여전히 당신은

불쑥

내 가슴을 찌릅니다

나는 오늘 그래서 아픕니다 🍂




가슴 터져도 좋으니

글 최상경 (순천효산고등학교 퇴임)

바람 빠져 시들어진 풍선처럼
가슴에 달고 사는 훈장 하나
십년지기 기관지 확장증

분필가루 마시며 지킨 교단
허파 가득 바람 든 욕심
잔기침 대수롭게 여기지 않은 무심
그렇다면 그것도 일종의 직업병일 거다

잔뜩 성난 코로나 습격에도
끄떡없이 견뎌준 고마운 내 풍선
다시 빵빵할 일 있을까 만든
바람 든 날 추억은 은퇴선물이지요

너도 풍선 터질 듯
잔뜩 꽃바람 든 적 있니?
가슴에 달고 사는 훈장 하나 있니?
가슴 터져도 좋으니
펌프질 하는 사랑은 있니? 



입 안 가득 퍼지는 고소함!

밤라떼

글 김지희



딱딱하고 날카로운 가시로 둘러싸인 밤송이. 밤송이를 양발로 비틀어 쪼개면 달달한 밤이 세상 밖으로 나온다. 생밤도 맛있지만, 삶거나 구운 밤은 쌀쌀한 저녁 최고의 간식이 된다. 만약 삶은 밤이 지겹다면 밤 라떼를 추천한다. 달달한 밤과 고소한 우유가 만나 얼었던 몸을 녹여준다. 여기에 기호에 맞게 에스프레소까지 추가하면 우리 집이 카페가 된 것 같은 기분이 든다. 찬바람이 불 때 잘 어울리는 밤라떼 만드는 방법을 소개한다.



주 재료(2인분 기준)

삶은 밤 8~10개

우유 200ml



양념 재료

꿀 혹은 메이플시럽 1~2큰 술,


소금 두 꼬집, 에스프레소 1~2샷,

시나몬 파우더, 아몬드 가루,

이쑤시개



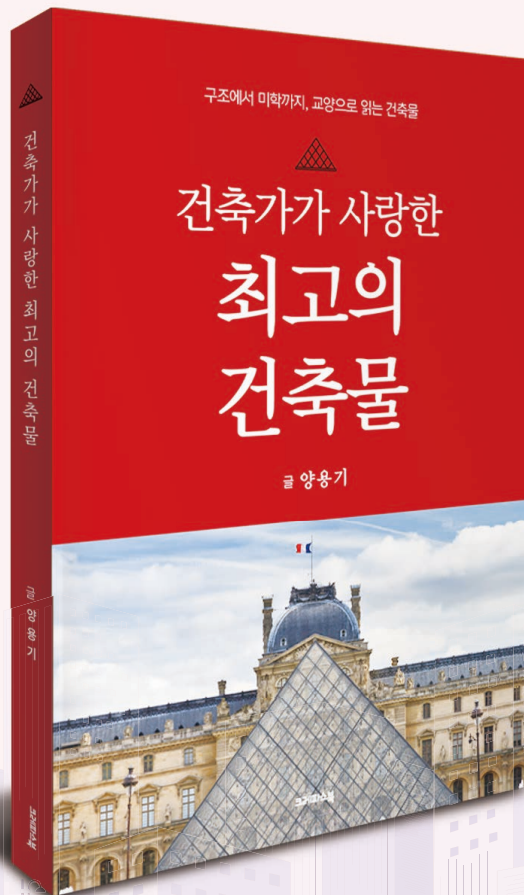
만드는 법

1. 밤을 푹 삶는다.
2. 삶은 밤 7개와 우유, 꿀 혹은 메이플 시럽, 소금 두 꼬집을 넣고 믹서에 갈아준다.
* 소금 두 꼬집을 넣으면 우유의 고소한 맛은 진해지고 단맛이 올라간다.
3. 곱게 갈린 우유를 잔에 옮겨 담는다.
4. 뜨겁게 먹고 싶다면 전자레인지에 데우고, 차갑게 먹고 싶다면 얼음을 넣는다.
* 믹서에 있던 우유 거품을 위에 올려주면 더욱 맛있어 보인다.
5. 기호에 맞게 에스프레소 1~2샷을 넣는다.
6. 우유 거품 위에 시나몬 가루와 아몬드 가루를 뿌린다.
7. 이쑤시개에 작은 밤 2~3개를 꽂아 잔 위에 올린다. 

하나의 작품 같은 건축물, 그 안에 숨겨진 이야기

책 <건축가가 사랑한 최고의 건축물(구조에서 미학까지, 교양으로 읽는 건축물)>

제공 크레파스북



*본 도서는 '크레파스북'에서 협찬 받은 도서로 이벤트를 통해 5분께 증정합니다.


건축을 알면 공간의 의미가 보인다

건축물은 우리 삶에서 가장 중요한 요소인 주거를 담당한다. 때문에 건축물은 인류가 만든 창조물 중 일상과 가장 밀접한 관계를 맺고 있다. 그렇다고 오롯이 주거의 역할만 하는 것은 아니다. 건축물에는 당시 인류가 직면한 문제점과 해결 방안 그리고 미래에 대한 지향점도 담겨있다. 건축물을 바라볼 때 외관의 아름다움이나 시공 기술만이 집중할 것이 아닌, 당시의 시대상과 문화 양식, 건축가의 철학 등 다양한 시각에서 바라보아야 한다. 따라서 우리는 건축에 대한 소양이 필요하다. 그러나 대부분의 사람들은 베토벤, 피카소, 괴테는 잘 알지만 그에 반해 건축 분야의 인물들은 잘 모른다.

『건축가가 사랑한 최고의 건축물』에는 전 세계 유명 건축물에 대한 지식과 숨은 이야기를 담았다. 책에 수록한 건축물은 사회 변화에 영향을 준 작품을 저자가 선정하였다. 그리고 이를 단순히 시대별, 사조별로 나열하지 않고 다섯 가지 테마로 나눴다. 1장에서 친자연주의적 요소의 필요성과 등장 배경을 설명했다면, 2장에서는 시대적 문제점과 관습을 향한 건축가들의 도전과 저항을 다루었다. 3장은 구조에 담긴 미관과 기능을 알려주며, 4장에서는 아름다움을 추구하는 행위와 미의 기준을 이야기했다. 마지막 5장에서는 ‘클래식’의 의미를 통해 고전 양식이 현대에 주는 메시지를 전한다. 『건축가가 사랑한 최고의 건축물』은 단순히 건축 의식을 주입하는 것이 아닌, 큐레이터와 함께 전 세계 건축물 투어를 떠나는 느낌을 선사한다.

스토리가 담겨있는 건축물

하나의 작품이 예술로서 그 지위를 인정받는다 것은 그 작품이 보는 이들에게 즐거움을 안겨준다는 것을 의미한다. 그것이 최고가 되려면 보는 이의 사고를 확장시켜주고, 인류가 더 훌륭한 것을 만들기 위한 징검다리 역할을 해야 한다. 건축물 또한 예술의 한 분야로서 인류의 역사와 함께하며 다리의 역할을 수행해왔다. 하지만 사람들은 건축물의 문화적인 맥락을 무시한 채 기술적인 부분에만 집중한다. 저자는 이 책을 통해 잊히고 가려졌던 건축물의 예술적인 면모를 부각시키고자 했다. 고대 건축물의 장엄함, 근대 건축물의 아름다움, 현대 건축물의 다양성에 이르기까지 각 시대별 건축물의 의미를 시각 자료와 함께 담아냈다.

하나의 작품을 최고라고 느껴지기 위해선 보이는 형태뿐만 아니라 내면에 담겨진 스토리도 감동을 주어야 한다. 우리는 작품을 보고 나면 그곳을 떠나지만, 작품은 그 자리에 그대로 남아있다. 즉 가져오는 것은 작품이 가진 스토리와 감상이다. 건축물도 마찬가지로 스토리가 숨어있다. 저자는 책 속에 각 건축물의 흥미로운 이야기를 녹여냈다. 건축물과 벽돌에 무엇이 되고 싶은지 물었던 ‘루이스 칸’의 일화, 이슬람 문화이던 사란체 양식이 ‘고딕’이라는 이름이 붙여진 이유 등 지식 너머의 이야기를 전한다. 이 책을 통해 독자들은 건축물에 대한 지식은 물론 교양까지 동시에 얻을 수 있을 것이다. 

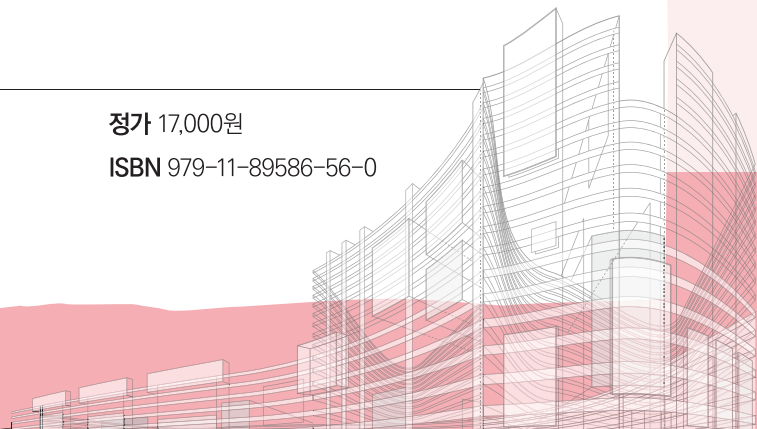
지은이 양용기

출판사 크레파스북

발행일 2023년 1월 11일

정가 17,000원

ISBN 979-11-89586-56-0



지구를 생각하는 운전자라면 '에코 드라이브'는 필수!

이산화탄소 배출을 줄이기 위해서는 차량 이용을 자제해야 한다는 말을 수없이 들었을 것이다.
하지만 막상 차량을 이용하지 않고 외출할 경우 많은 불편함이 따르게 된다.
환경오염은 걱정되는데 차량은 이용해야 할 때 '에코 드라이브'를 실천해보자.

글 김지희



운전할 때 실천하는 환경보호, 에코 드라이브

‘에코 드라이브’라는 말을 들어본 사람도 있고 들어보지 못한 사람도 있을 것이다. 그러나 에코 드라이브는 요즘 막 생겨나는 용어가 아니다. 무려 2008년부터 사용되고 있던 용어다. 에코 드라이브는 ‘친환경 경제운전’이라는 의미로 운전자가 자동차의 특성을 이해하고 순리대로 운전한다면 에너지도 절약하고, 이산화탄소도 다른 때보다 적게 발생된다는 것이다. 그렇다면 우리는 왜 에코 드라이브를 실천해야 하는 것일까.

먼저 경제적 측면에서 바라보자. 우리나라는 기름이 한 방울도 나지 않기 때문에 전량 수입에 의존해 사용하고 있다. 하지만 세계 경제가 흔들릴 때마다 유가가 같이 상승해 버린다. 뿐만 아니라 러시아-우크라이나 전쟁 때 유가가 급속도로 상승했는데, 이는 원유 생산 및 수출 주요 국가인 우크라이나가 전쟁으로 인해 생산 시설과 수송 경로가 중단되면서 원유 공급에 대한 불안이 생겼기 때문이다. 언제 또 급증할지 모르는 유가. 따라서 우리는 에코 드라이브를 실천해야 한다.

에코 드라이브를 실천해야 하는 이유를 환경오염 측면에서 알아보자. 자동차는 대기환경을 악화시키는 이산화탄소를 배출한다. 이산화탄소는 우리 인체에 직접적으로 영향을 주지 않으며, 보편적으로 발생하는 가스여서 큰 문제가 되지 않는다. 하지만 이산화탄소는 지구에 안 좋은 영향을 끼친다. 그래서 요즘 노후경유차를 단속하고, 경유 차량 대신 휘발유 차량을 선호하는 이유도 노후경유차와 경유 차량에 비해 휘발유 차량의 이산화탄소 배출이 적기 때문이다. 또 전 세계 자동차 기업들이 친환경 자동차 개발에 집중하는 이유도 모두 환경을 위해서다. 지금 우리가 피부로 체감하고 있는 이상 기후, 이상 현상이 지구가 보내는 구조신호다. 따라서 우리는 일상생활 속 에코 드라이브를 실천하여 에너지 낭비를 줄여야 한다.

에코 드라이브를 실천하는 방법!

1. 경제속도 준수하기

에코 드라이브를 실천하는 첫 번째 방법은 ‘경제속도’를 준수하는 것이다. 경제속도란, 연료를 가장 적게 사용하면 서도 가장 많은 거리를 이동할 수 있는 속도를 뜻한다. 예를 들어 도로를 주행하던 중 속도를 높이고자 엑셀을 밟으면 자동차는 빨라지지만 연료 소비량은 급격하게 증가하게 된다. 이는 경제속도를 유지했을 때보다 더 많은 이산화탄소를 배출하고, 연료도 더 많이 사용하게 되는 것이다. 그렇다면 몇 km/h로 주행해야 경제속도인 것일까.

자동차의 경제속도는 시속 70~80km/h이다. 40km/h와 100km/h로 주행할 경우 80km/h로 달릴 때보다 각각 20%의 연료가 더 소모된다. 즉 너무 천천히 달려도, 너무 빨리 달려도 연료를 낭비하는 것이다. 일반도로에서는 60~100km/h를 고속도로에서는 90~100km/h를 유지하는 것이 좋다.

하지만 운전 중 정속을 유지하기가 쉽지 않다. 이럴 때 자동차에 마련되어 있는 정속주행 시스템을 이용해보자. 정속주행 시스템을 이용하면 정속을 유지할 수 있을 뿐더러 운전자가 정속을 유지하기 위해 신경 쓸 필요가 없어 운전의 피로도가 낮아진다는 장점이 있다.

경제속도 정속주행 유지와 더불어 불필요한 차선 변경은 자제하도록 하자. 차선을 변경할 때에는 어쩔 수 없이 급가속을 하게 되며, 주위에 있는 차량은 급제동을 하게 된다. 에코 드라이브의 핵심은 경제속도 유지뿐만 아니라 급가속과 급제동을 하지 않는 것도 포함된다. 환경을 위해, 자동차의 수명을 위해, 기름 값을 아끼기 위해선 경제속도를 준수해야 한다.



2. 엔진 공회전 최소화

엔진 공회전이란, 자동차의 시동은 걸어두었지만 운행하지 않는 상태를 말한다. 엔진만 돌아가고 바퀴는 움직이지 않는 상태인 것. 주행 중 신호대기, 교통정체 등에 의한 엔진 공회전은 어쩔 수 없다고 하지만 주차장, 세차장 그리고 골목길 등에서 엔진 공회전 중인 차량들을 발견할 수 있다. 그렇다면 엔진 공회전이 에코 드라이브에 미치는 영향은 무엇일까.

환경부는 리터당 12km의 연비를 가진 승용차가 10분간 엔진 공회전 시 138cc 연료를 소모한다고 밝혔다. 이를 거리로 환산하면 약 1.6km를 달릴 수 있는 연료인 것. 또한 연료비를 1,500원이라고 가정했을 때 약 207원을 낭비하는 셈이다. 이를 1년으로 계산하면 약 50리터의 연료가 소비되며, 75,000원 정도의 비용이다.

이뿐만 아니라 엔진 공회전은 자동차 엔진에도 좋지 않다. 엔진 공회전 시 분산되는 연료는 불완전 연소가 되는 일부에 의해 엔진 찌꺼기를 발생하게 되며, 엔진에 악영향을 미친다. 또한 엔진오일 압력에도 영향을 미쳐 엔진 마모로 이어질 수 있다. 환경도 오염시키고 자동차 엔진에 무리도 가해 하는 엔진 공회전. 에코 드라이브를 꿈꾸는 운전자라면 절대 해서는 안 되는 행동 중 하나이다.

엔진 공회전을 줄이기 위해서는 신호대기 등 5초 이상 멈춰 있을 때 기어를 주행모드(D)에서 중립모드(N)로 전환해두는 것이 좋다. 기어를 중립에 두는 작은 습관만으로 약 30% 이상의 연비 절감 효과를 거둘 수 있다. 하루 5분 동안 중립 기어로 신호대기 할 경우 연간 8.1L의 연료를 절감할 수 있으며, 23.4kg의 이산화탄소를 줄이는 효과도 있다.



3. 에어컨 저단 설정

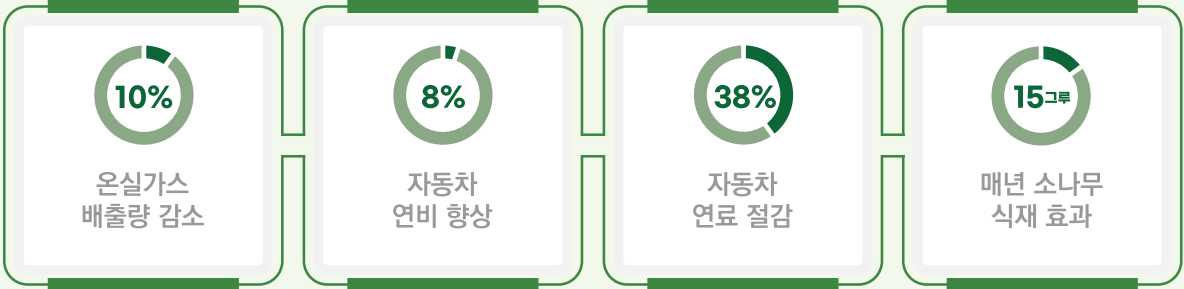
여름에는 자동차에 앉는 것이 가장 두렵다. 햇볕에 뜨거워진 의자와 핸들, 숨이 턱턱 막히는 더운 공기가 자동차를 지배했기 때문. 그렇다고 에어컨을 틀지 않을 수는 없다. 그렇다면 자동차의 에어컨을 어떻게 효율적으로 사용할 수 있을까.

자동차 에어컨의 적정온도는 22~25℃ 사이라고 한다. 5~6℃ 정도의 실내외 온도차를 두고 에어컨을 켜는 것이 좋다. 에어컨 온도를 너무 낮출 경우 실외 온도와의 차이가 커서 냉방병의 위험이 있는 것은 물론이고 많은 전력을 소모하기 때문에 연비가 떨어진다. 에어컨은 켜고 싶지만 연비가 걱정될 때 활용하면 좋은 몇 가지 팁이 있다. 첫 번째, 에코 모드를 사용하는 것이다. 에코 모드는 에어컨의 압축기를 자동으로 조절하여 전력 소모를 줄여주는 기능이다. 에코 모드를 사용할 경우 에어컨의 시원함은 약간 덜하지만 연비 향상에 도움이 된다. 두 번째는 리사이클 모드를 활용하는 것이다. 리사이클 모드는 실외 공기를 안으로 끌어들이지 않고, 실내 공기를 재활용하는 기능이다. 리사이클 모드를 사용하면 실외 온도와의 영향을 줄일 수 있고, 에어컨 성능을 향상시킬 수 있다는 장점이 있다. 다만 실내 공기만 너무 회전시킬 경우 차량 내부가 답답해지거나 습해질 수 있어 조절하며 사용하는 것을 추천한다.

4. 과적 금지

우리는 무거운 짐을 들어 나를 때 평소보다 더 많은 에너지를 소비한다. 차량도 마찬가지이다. 트렁크에 불필요한 짐을 싣고 다니면 차량이 무거워져 소비하는 연료량이 많아진다. 이에 따라 발생하는 이산화탄소의 양은 증가하며 차량의 연비 저하에도 큰 영향을 미친다. 트렁크에 100kg의 무게가 추가될 때마다 100km 주행 시 추가되는 연료량이 0.3L나 된다고 한다. 트렁크 속 짐을 5kg만 줄여도 1년에 약 13.5L의 연료를 절약할 수 있으며, 39kg의 이산화탄소를 감축시키는 효과가 있다. 특히 화물차의 경우 절대 과적하지 말고, 적재정량에 맞는 화물을 싣어 이동해야 한다. 이는 운전자와 도로 위의 안전, 탄소배출을 줄이는 데 지대한 영향을 미치는 중요한 사안이다.

에코 드라이브의 효과

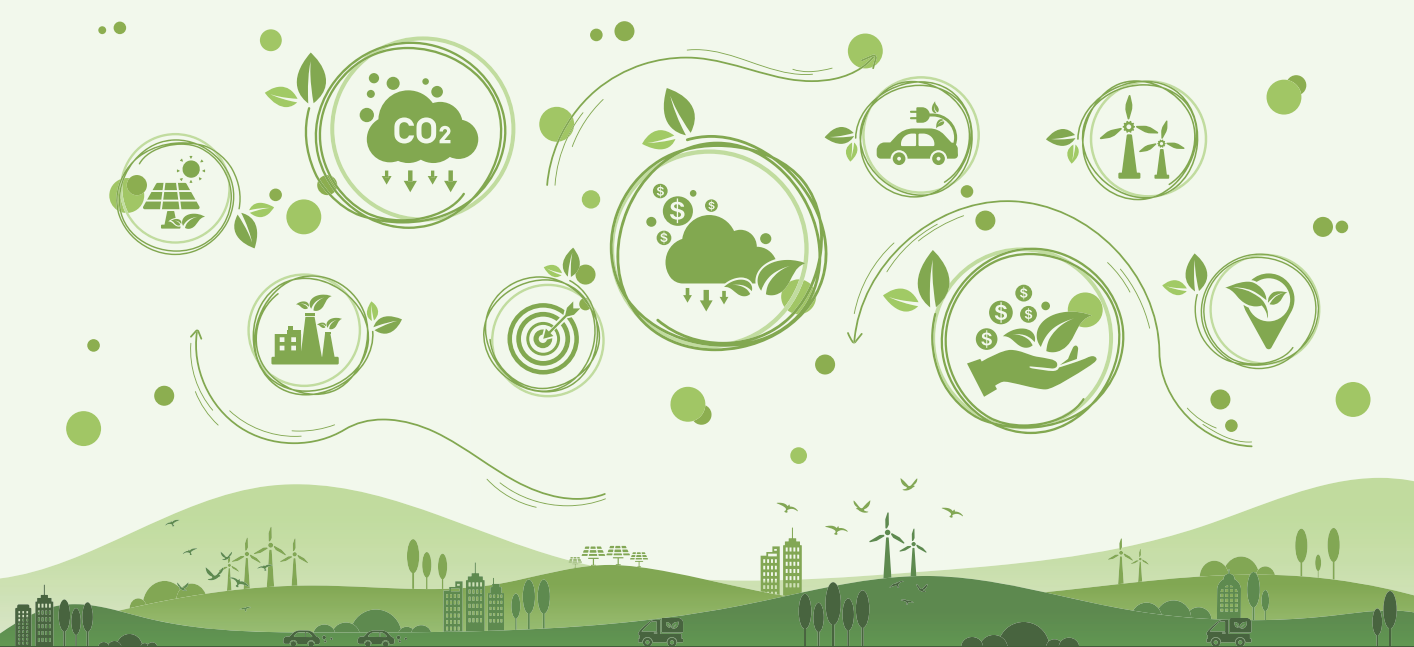


앞서 소개한 에코 드라이브를 하나도 빠짐없이 실천했을 때, 어떤 변화들이 생기게 되는 것일까. 첫 번째는 가장 중요한 온실가스 배출이 절감된다는 것이다. 에코 드라이브를 실천하면 온실가스 배출량을 최대 10%나 줄일 수 있다고 한다. 또한 자동차의 연비를 8%나 향상시키며, 최대 38%의 연료 절감이 가능하여 경제적인 이익도 볼 수 있다.

그리고 가장 중요한 점. 에코 드라이브만 실천해도 승용차 1대당 연간 100.7kg의 이산화탄소를 감축할 수 있다고 한다.

이는 매년 약 15그루의 소나무를 심는 것과 같은 효과다.

환경을 오염시키지 말아야 한다는 것은 알지만 어떻게 실천해야 하는지 모르는 사람들이 많다. 나부터 운전 습관을 바꾸어나가다 보면 어느새 우리 모두 환경 지킴이가 되어 있지 않을까. 환경은 대대손손 물려받은 것임과 동시에 대대손손 물려주어야 하는 것이다. 늦었다고 생각할 때가 가장 빠른 때이다. 즉 지금이 환경을 지킬 수 있는 가장 빠른 때이다.




싼 거? NO! 필요한 거? YES! 코앞의 최적가를 놓치면 시간 손해

나에게 최적의 가격이면 좋은 상품



최적가 = 다양한 상품의 가격 중 고객이 직접
'최고로 적당한 가격'을 골라 구매

시간은 돈이고, 누구에게나 시간은 동일하게 주어진다. 때문에 시간을 잘 사용해야 낭비 없이 하루를 보낼 수 있다.
그래서 생긴 개념이 바로 '최적가'이다. 얼마 차이나지 않는 돈을 아끼려고
내 소중한 시간을 허비하는 게 오히려 손해라는 인식이 생긴 것.

‘최저가 보장’ 문구가 인기일 때가 있었다. 자신보다 저렴한 곳을 찾아오면 차액의 200%를 환불해 준다는 말은 당연한 수식 어처럼 쓰였다. 그런데 시대가 변하고 있다. 미니멀라이프가 대세를 이루며 저렴하다고 해서 무조건 구매하거나 많이 구매하는 시대는 끝난 것이다. 대신 나에게 필요한 것인지를 생각하고, 그 상품을 가장 저렴하게 판매하는 상점을 찾을 시간에 다른 의미 있는 일을 하자는 사람이 늘었다. 이른바 ‘최적가 시대’가 도래했다. 그럼 ‘최적가가 무엇인지 알아보자. 

글 표주재

상품 + 필요 옵션 = 나만의 상품 완성



음료 주문 시 토픽 선택

“카라멜 프라푸치노 톨 사이즈에 휘핑크림은 듬뿍 얹은 다음 헤이즐넛 시럽 하나 추가, 자바칩은 통자바칩 하나와 갈아서 하나씩 넣고, 카라멜 시럽을 뿌려주세요.”



먹을 반찬만 골라 담은 카페테리아 식당

“세상에 맛있는 반찬이 아무리 많아도 내가 먹을 반찬은 딱 세 개면 충분해요! 고기반찬과 김치와 국만 있으면 밥 한 공기 딱딱이죠!”



헬스장에서 필요 옵션 선택

“헬스장 갈 때는 빈 몸으로 왔다 가는 게 좋아요. 헬스장에 준비된 운동복 입고, 락커룸과 샤워실을 모두 사용하는 것으로 회원권 구매할게요.”

사람마다 모습이 다르고 성격이 다르듯, 필요한 상품도 다르다. 때문에 소품종 대량생산에서 다품종 소량생산으로 산업이 변화된 것은 자연스러운 현상이다. 그런데 여기서 한 가지 더해져 단일 제품에 다양한 옵션을 제시하고 개인 맞춤형으로 자신만의 상품을 고르는 시대로 변화 중이다. 이제 가격에서도 ‘최저가’ 아닌 나를 위한 ‘최적가’ 시대가 왔다.

사학연금

‘폼 미쳤다!’



2000년대 초반, 대단하거나 웃긴 걸 봤을 때 유행했던 말 ‘대박’과 ‘쩐다’.

하지만 요즘에는 ‘폼 미쳤다’라는 말을 사용한다.

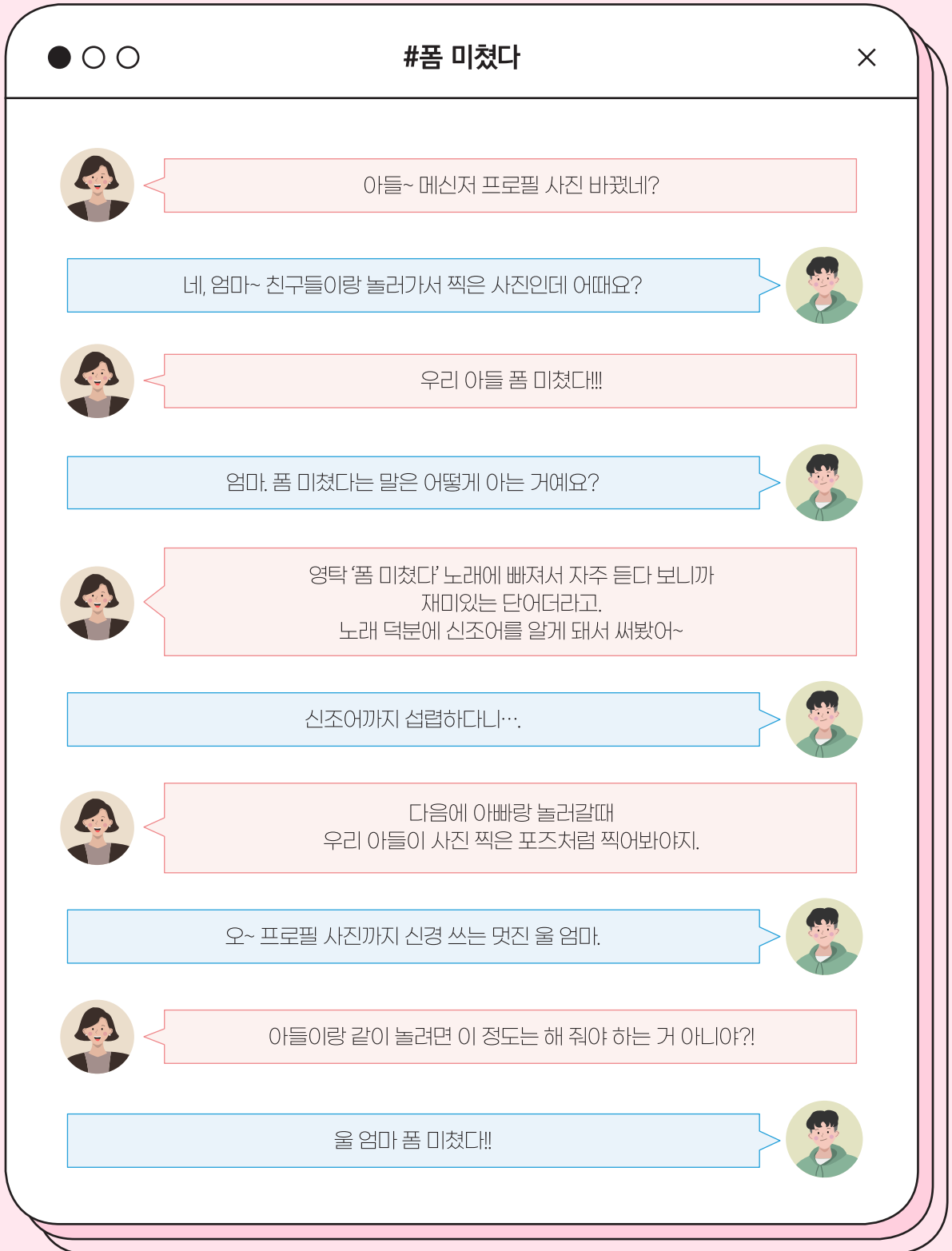
이 말은 10대, 20대에서만 사용하는 것아 아니라 50~60대 사이에서도 많이 쓰는 단어가 되었다.

얼마 전 가수 영탁이 ‘폼 미쳤다’라는 제목의 노래를 발매하며 널리 알려졌기 때문.

‘폼 미쳤다’는 기량이나 솜씨를 의미하는 영단어 ‘Form’과 일반적이지 않음을 뜻하는 ‘미쳤다’의 합성어이다.

즉 어떤 사람의 기량이나 솜씨가 매우 뛰어나다는 의미를 가지고 있으며,

겉으로 드러나는 멋이나 형태를 가리키기도 한다. 📺



2023년 연금소득 연말정산 안내

□ 연금소득 과세 흐름도



2023년도 연말정산을 2024년 1월 실시하오니, 과세대상 연금액이 있는 연금수급자(전년도 대비 변동이 없는 경우 동일하게 반영되어 신고 불필요)는 2023년 12월 15일(조기접수)까지 연금소득자 소득·세액공제 신고하시면 부양가족공제 혜택을 받으실 수 있습니다.

1. 연말정산 대상: 과세대상 연금액이 있는 경우(※ 비과세 연금소득: 장해연금 및 유족연금)

2. 연말정산 산정 절차

과세대상 연금액 = 연간 총연금 수령액 × (2002년 이후 부담금 납부월수/총 부담금 납부월수)
연금소득금액 = 과세대상 연금액 - 연금소득공제액
과세표준액 = 연금소득 금액 - 인적공제(기본공제+추가공제)
산출세액 = 과세표준액 × 세율
차감징수세액 = 결정세액 - 기납부세액(2023년 매월 간이세액표에 따라 원천징수한 세액)

3. 연금소득자 소득·세액공제 신고 방법

1. 기 신고내역 확인 방법

- 사학연금홈페이지(www.tp.or.kr) - 로그인 - 연금 서비스 - 연금수급자 - 연금소득 원천징수영수증 출력(연말정산 시 신고한 기본공제 등 확인 가능)
- 사학연금홈페이지 - 로그인 - 연금서비스 - 연금수급자 - 연말정산(소득공제신고) - 기록 소득·세액공제대상자 내역(조회 시점에 등재된 기본공제 등 확인 가능)

2. 서면 제출 또는 홈페이지 이용

- 인터넷신고: 사학연금홈페이지 - 로그인 - 연금서비스 - 연금수급자 - 연말정산(소득공제)신고
- 메일, Fax, 우편신고: 사학연금홈페이지 - 서식자료실 - 별지 제37호의2서식(작성 메일) smile@tp.or.kr / Fax) 02-2070-1120
우편) 58326, 전남 나주시 문화로 245 사립학교교직원연금공단 연금수급자팀
[문의사항] ☎1588-4110(연금 dream콜센터)

4. 신고기한: 2023년 12월 15일까지

신고 지연에 따른 소득공제 누락 방지를 위해 조기 접수(~ 12.15.)를 받고 있습니다. 부득이 신고 기간에 신청 못한 경우 2023.12.31.까지 신청 가능하며, 이후에는 2024년 5월 종합소득세 신고 기간에 주소지 관할세무서 방문 또는 국세청 홈택스를 이용하여 직접 수정신고 가능함을 안내드립니다.

‘중소기업·소상공인과 더불어 행복한 세상을 만듭니다’

2023년 사학연금과 중·소상공인 동반성장을 위한 지역사회기업 소개

농업회사법인 (주)오미록

우리 마을에는 미래가 있다

농업회사법인(주)오미록은 전남 완도의 유자마을에 위치하였으며, 완도군 최초로 청년창업농으로 선정되어 2019년에 설립되었습니다. 전국에서 두 번째로 유자 생산량이 많은 완도에서, 유자를 활용한 다양한 가공상품과 체험서비스를 개발해서 제공하고 있습니다.

특히 유자를 15%만 착즙해서 만든 유자블라썸은 전국에서 70군데 넘는 카페에서 원료로 사용하고 있는 효자상품입니다. 최근에는 일식전문점에 하이볼의 원료로도 납품하고 있습니다.



- ▶ 제품명: 유자블라썸 (유자, 감귤, 생강)
- ▶ 가격: 17,500~19,500원



- ▶ 제품명: 수제유자청
- ▶ 가격: 11,500원

- ◆ 대표자: 오진영
- ◆ 위치: 전라남도 완도군
- ◆ 주요제품: 유자블라썸
- ◆ Tel. 061-553-1123
- ◆ 홈페이지: <https://smartstore.naver.com/yuzu>

할매곳간 (주)농업회사법인

보리언니와 지역 어르신들의 농촌이야기, 할매곳간

할매곳간 (주)농업회사법인은 전남 영광군 군남면에 위치하고 있으며, 사회적기업가 육성사업을 통해 청년여성농업인이 2021년 설립한 기업입니다. 영광군에서 가장 고령화 마을인 군남면의 어르신들과 함께 지역 보리농가들과 함께하는 기업으로, 보리를 주원료로 한 가공품을 다양하게 기획 및 생산·판매하고 있습니다. 대표적인 상품으로는 밀가루를 전혀 사용하지 않고 국산 검정보리로만 만든 검정보리면이 있으며, 그 외에도 보리떡볶이, 새싹보리곤약젤리, 새싹보리분말, 보리미숫가루, 보리차 등 보리를 활용한 다양한 바른 먹거리가 있습니다. 지역의 보리농가들을 살리고, 어르신들의 일자리를 창출하는 예비사회적기업입니다.



- ▶ 제품명: 검정보리면
- ▶ 가격/용량: 4,000원/360g(2인분)



- ▶ 제품명: 새싹보리곤약젤리
- ▶ 가격/용량: 10,000원/4팩

- ◆ 대표자: 이선화
- ◆ 위치: 전라남도 영광군 군남면 군북로 47-1
- ◆ 주요제품: 검정보리면, 새싹보리곤약젤리
- ◆ Tel. 010-6388-7311
- ◆ 홈페이지: <https://smartstore.naver.com/boryhada>

※ 해당 페이지는 사회적경제기업의 판로지원을 위해 사립학교교직원연금공단 본사(나주)가 위치한 전라남도, 전남사회적경제 통합지원 센터와 함께 구성하였습니다.
 ※ 소개기업 선정은 전남도와 센터 그리고 대중소기업농어업협력재단의 상생누리 사이트(www.winwinnuri.or.kr)를 통해 이루어지며, 제품 구매와 관련한 문의는 각 기업의 연락처 및 홈페이지를 참고해주시기 바랍니다. 사회적 경제 지원에 많은 관심 부탁드립니다.

이벤트는 월간 <사학연금>
웹진에서
더 쉽게 참여할 수 있습니다.

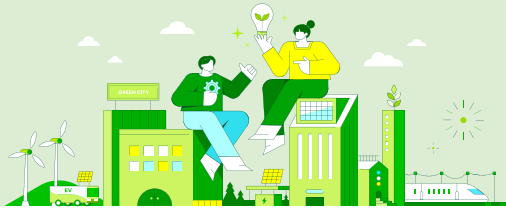


웹진에서만 즐기는 이벤트!

- ① 알쏭달쏭 빈칸 퀴즈에 참여해주세요.
- ② 월간 <사학연금>의 칼럼을 읽고 감상평을 보내주세요.

참여방법: 웹진 접속 후 메인 하단 EVENT 코너 클릭!

참여기간: 2023년 11월 20일(월)까지



월간 <사학연금>은 독자들의 참여로 만들어집니다!

(11월 20일 마감)

코너명	코너 소개	응모 방법	독자 선물
만남 (인터뷰)	<p>월별 테마에 맞는 사학가족을 찾습니다. 12월호 테마-알버트 아인슈타인 12월 27일은 원자력의 날입니다. 에너지 소비는 계속 늘어나는 요즘, 탄소배출량을 줄이기 위해서는 원자력 에너지가 필요합니다. 에너지와 관련된 에피소드를 갖고 계신 사학가족을 소개해주세요.</p>	추천 인물과 이유를 연락처와 함께 웹진 또는 이메일로 보내주세요.	사진 인화
짓다	<p>사학가족이 직접 쓴 시 또는 수필을 소개합니다. *내용과 주제는 자유</p>	한글 파일 형태로 원고지 10매 이내 (10포인트 기준 A4 1장)로 작성하여 웹진 또는 이메일로 보내주세요.	문화상품권 (모바일)
인생 책	<p>추천 도서를 소개합니다. 해당 도서를 읽으면 좋을 만한 사학가족을 추천해주세요. 해당 도서를 보내드립니다.</p>	추천 인물과 이유를 연락처와 함께 웹진 또는 이메일로 보내주세요.	도서
웹진 이벤트	<p>1. 빈칸 채우기 2. 독자의견</p>	웹진에서만 참여할 수 있습니다.	스타벅스 커피 기프트콘

**이벤트
참여 방법**

📧 이메일 magazine@tp.or.kr

- *독자 선물 제공에 필요한 성함, 생년월일, 연락처를 꼭 적어주세요.
- *선물 발송일: 해당 월(기고 글이 게재된 달) <사학연금> 발행 후 15일 이내로 발송됩니다.

응모기간
2023년
11월 20일(월)

다채로운 제휴복지 서비스를 누리세요~

사학연금 신규제휴

01 토요코인 호텔



- 뛰어난 가성비와 쾌적한 숙박시설
- 1) 숙박요금 5% 할인
- 2) 6개월전부터 예약가능
- 3) 무료조식 서비스 제공

02 전남대학교병원



- 광주전남 지역의 최대 종합병원
- 1) 종합검진 할인 (13~39%할인)
- 2) 개인맞춤형 프로그램 진행
- 3) 대학병원 시설, 인프라 활용

03 GC케어(어떠케어)



- 사학연금 전용 어떠케어 멤버십 (연 33,000원 가입비)
- 1) 건강검진 우대 예약
- 2) 건강기능식품 라이프케어몰 쿠폰증정
- 3) 의료편의 서비스 제공

04 티켓링크



- 온라인 티켓예매 (뮤지컬, 연극, 콘서트 등) 서비스제공
- 사학연금 회원전용 티켓 할인가 제공

05 밀리의 서재



- 국내 최대 구독형 독서 플랫폼
- 1) '사학연금 맞춤형' 이용금액
6개월 이용가 - 51,900원
12개월 이용가 - 90,500원
- 2) '오픈 할인 이벤트' : 홈페이지 참고

06 SK렌트카



- 제주 내 차량 보유대수 1위, 내륙 단기 렌탈 운영차량 3,000여대 보유, 전국 112개 지점 보유

07 통인익스프레스



- 포장이사 및 토탈 홈케어 서비스제공
- 1) 명품 포장이사 10% 가격할인
- 2) 새집증후군 또는 방역서비스 제공
- 3) 오픈 이벤트 : 친환경 세계 증명



※ 기타 자세한 사항은 사학연금 제휴복지사이트(공단 홈페이지 -> "제휴복지"클릭)를 참고하세요

사학연금(TEACHERS' PENSION) QR코드 안내



웹진



유튜브



블로그



페이스북



인스타그램



알림톡

알림톡을 친구 추가하시면
다양한 사립학교교직원연금공단의
소식을 빠르게 접할 수 있습니다.



사립학교교직원연금공단

연금dream 콜센터 전국 어디서나 1588-4110

본사(나주)

(58326) 전라남도 나주시
문화로 245 (빛가람동)

☎ 061) 338-0000

서울센터

(07320) 서울특별시
영등포구 여의대로 24, 7층
(여의도동, 전경련회관)

☎ 02) 769-4403~4, 4408

대전센터

(35209) 대전광역시 서구
한밭대로 809 사학연금회관
14층 (둔산동)

☎ 042) 538-2371~2375

부산센터

(47358) 부산광역시
부산진구 범일로 181
사학연금회관, 7층 (범천동)

☎ 051) 637-6015~6017

서울 · 대전 · 부산센터에서는 근로자 휴게시간 보장을 통한 양질의 상담 서비스 제공을 위하여 2023년 1월 1일부터 점심시간 휴무제 (12:00 ~ 13:00)를 운영하고 있으니 이용에 참고하시기 바랍니다.